

Was ist Windelfrei nicht ?

Es geht dabei nicht um ...

- Frühes Töpfchentraining
- Kontrolle des Babys über seine Ausscheidungen
- Kontrolle seitens der Bezugsperson über die Ausscheidungen des Babys

Warum das Ganze ?

Es gibt einige gute Gründe:

- Es ist schön, wenn sich Mutter und Baby „verstehen“
- Dem Baby bleiben seine Ausscheidungen von Anfang an bewusst, dadurch
- Wegfall der klassischen Sauberkeitserziehung
- Geldersparnis durch weniger benötigte Windeln
- Keine Hautreizungen der Babyhaut
- Windelfrei-Kinder sind in der Regel etwa mit 1 bis 1,5 Jahren „trocken“
- Weniger Weinen, da keine vollen Windeln bzw. das Ausscheidungsbedürfnis erfüllt wird
- Mehr Bewegungsfreiheit des Babys
- Weniger Müll

Naja, in Afrika vielleicht

Nein, nicht nur in Afrika, sondern in weiten Teilen der Welt ist Sauberbleiben völlig normal. Etwa 70 % der Weltbevölkerung wächst ohne Windeln auf. Zum Beispiel in Asien und Süd-Amerika. In wärmeren Regionen ist es wahrscheinlich einfacher, wenn das Kind nicht so viel Kleidung trägt. Aber es wird auch in kälteren Ländern praktiziert. Beispielsweise in Grönland, Alaska, Sibirien, Kanada und Russland.

„Windelfrei“ ist auch keine neue Erfindung, sondern eine recht alte Art mit den Ausscheidungen eines Babys umzugehen. Durch die (natürlich auch geniale) Erfindung von Stoffwindeln, Waschmaschinen und schließlich Wegwerfwindeln hat sich die Wickelzeit der Kinder hierzulande immer weiter verlängert.

Weitere Informationen gibt es hier:

www.topffit.de

<http://www.attachment-parenting.de>

<http://www.rabeneltern.org>

Bücher zum Thema:

Es geht auch ohne
Windeln
von Ingrid Bauer

TopfFit! -
Der natürliche Weg
mit oder ohne Windeln
von Laurie Boucke



Der Flyer darf in der vorliegenden Form vervielfältigt und kostenlos verteilt werden. Alle Rechte liegen bei Claudia Starke (email@claudia-starke.net)

Überreicht von:



Babys ohne Windeln ?



Sauberbleiben

Statt

Sauberwerden !

Die 3 Möglichkeiten, mit den Ausscheidungen des Babys umzugehen:

- Wegwerfwindeln
- Stoffwindeln
- Keine Windeln

Äh, Keine Windeln ?

Ja, diese Methode ist auch bekannt unter den Begriffen

- Sauberbleiben
- TopfFit
- Windelfrei

Was ist das ?

Kleine Babys teilen nicht nur mit, wenn sie hungrig oder müde sind, sondern auch wenn sie sich erleichtern müssen. Geht niemand auf diese Signale ein, so lernt das Baby (notgedrungen) in die Windeln zu machen. Mit der Zeit gibt das Baby immer weniger Signale und hört schließlich ganz auf. Durch das Benutzen von Windeln verlernt das Baby auf seine Ausscheidungen zu achten und muss dies dann später mit der klassischen Sauberkeitserziehung wieder erlernen.

Es geht aber auch anders. Man kann sich auch dafür entscheiden, seinem Baby dabei behilflich zu sein, sich zu erleichtern, ohne dass es sich selbst beschmutzen oder seine Toilette mit sich herumtragen muss. Dadurch bleiben dem Baby seine Ausscheidungen von Anfang an bewusst und zeigt es weiterhin an, wenn es „mal muss“.

Eigentlich ganz einfach ... ☺

Wie geht das ?

Am Anfang ist es wichtig, den Rhythmus und die Signale des Babys kennen zu lernen. Wenn es keine Windeln anhat, merkt man gleich, wann es gepieselt hat und was es davor getan hat. Sie werden feststellen, dass es vielleicht nach dem Schlafen bzw. nach dem Aufwachen, vor, während oder nach dem Stillen oder nach 3 Minuten in Bauchlage pieseln muss. Dieses Wissen aus Ihren gesammelten Erfahrungen können Sie nutzen, und Ihr Baby zu diesen Zeitpunkten abhalten. Zum Beispiel indem Sie es unter seinen Oberschenkeln in der Hockposition über ein geeignetes Gefäß halten. Oder Sie setzen sich ganz hinten auf die Toilettenbrille und halten Ihr Baby sitzend vor sich über die Toilette. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Ihr Baby abzuhalten.

Achten Sie darüber hinaus auf die Signale, die Ihnen Ihr Baby gibt, das kann zB sein:

- Hektisches Strampeln
- Abwesender Blick
- An- und Abdocken beim Stillen
- Plötzliches Quengeln
- Ein bestimmter Gesichtsausdruck

Und nicht zuletzt spielt auch Ihre mütterliche Intuition eine große Rolle.

Für den Anfang können Sie aber auch erstmal nur beim Wickeln Ihr Baby abhalten oder versuchen, nur die zuverlässigen Pipis und Kakas zu erwischen (zb. Morgens nach dem Aufstehen) und ansonsten erstmal noch Windeln verwenden.

Wichtig ist: Machen Sie sich keinen Stress. Setzen Sie sich nicht selbst mit falschem Ehrgeiz unter Druck. Windelfrei soll Spass machen und keine Belastung sein. Missstimmung tut weder Ihnen, noch Ihrem Baby bzw. Ihrer Beziehung zueinander gut.

Gehen Sie also entspannt an die Sache ran. Zählen Sie nicht etwaige Unfälle, sondern erfreuen Sie sich an den Erfolgen.

Wann fängt man damit an ?

Je früher man anfängt, um so leichter ist es. Wenn sich das Baby erst einmal an die Windeln gewöhnt hat und keine Signale mehr gibt, wird es schwieriger. Dies passiert ungefähr im dritten oder vierten Monat. Trotzdem ist es möglich auch danach noch mit Windelfrei zu beginnen.



Warum dieser Flyer ?

Dieser Flyer soll über die hierzulande recht unbekanntes bzw. in Vergessenheit geratene Alternative zu Windeln informieren.

Ob und wie Sie Ihr Kind wickeln liegt ganz bei Ihnen.

Wenn Sie aber Interesse am Sauberbleiben haben, so empfehle ich Ihnen, sich noch näher zu informieren, beispielsweise auf den genannten Homepages oder den Buchempfehlungen. Vielen Müttern hilft auch der Austausch mit anderen Windelfrei-Müttern.